



p.2 Un julio muy caluroso pero muy productivo a la vez

p.3 Discapacidad intelectual

p.4 El papel de la Fisioterapia en personas con Trastornos de Conducta Alimentaria

p.6 Salud laboral

p.7 El Centro San Juan de Dios en las VIII Jornadas de UCPP en el Hospital Universitario José Germain

Medio ambiente

p.8 Desarrollo solidario



UN JULIO MUY CALUROSO PERO MUY PRODUCTIVO A LA VEZ

El mes de julio se ha caracterizado por una ola de calor que no acaba. Temperaturas altas que no han sido un impedimento para poder disfrutar del verano y las vacaciones para muchos.

La piscina ha sido, una vez más, el lugar preferido por todos para refrescar estos días tan calurosos, así como las excursiones y los campamentos de verano.

Pero las vacaciones no eximen de continuar trabajando duro por el bienestar de nuestros residentes. En este número destacamos la importante labor que la fisioterapia está llevando a cabo con las usuarias de la Unidad de Trastorno de la Conducta Alimentaria. Una vez más, nuestro centro demuestra cómo la gran implicación de nuestros profesionales pueden ofrecer resultados más que satisfactorios en las enfermedades mentales.

Un orgullo ver cómo el tratamiento multidisciplinar y el esfuerzo de las diferentes unidades nos lleva a no conformarnos, a innovar y, por tanto, a trabajar por el bienestar de los usuarios. Estamos muy orgullosos de los resultados que estamos viendo al utilizar la fisioterapia en este tipo de pacientes.

También satisfacciones nos da nuestra área de Solidaridad. Su interés por promover la inserción laboral de las personas con diversidad funcional y/o colectivos de riesgo de exclusión inscritas en nuestro proyecto de itinerarios individualizados y personalizados de inserción laboral está dando sus frutos tras varios meses de implantación.

Gracias a la colaboración con la empresa Alquitex, un total de 21 usuarios han firmado un contrato temporal y 1 indefinido desde que comenzó el periodo vacacional de contratación en mayo.

Seguimos trabajando por mejorar el bienestar de quienes más lo necesitan.



AGENDA

Día Mundial de la Escucha. 18 de julio.

Día Mundial del Síndrome de Sjögren. 23 de julio.

Día Internacional del Autocuidado. 24 de julio.

Día de los Abuelos. 26 de julio.

Día de la Sobrecapacidad de la Tierra. 28 de julio.

Día Internacional de la Amistad. 30 de julio

Día Mundial de la Alegría. 1 de agosto.

Día Internacional de la Juventud. 12 de agosto.

Día Mundial de la Relajación. 15 de agosto.

Día Mundial de la Asistencia Humanitaria. 19 de agosto.



DISCAPACIDAD INTELECTUAL

LOS USUARIOS DE DISCAPACIDAD INTELECTUAL SE DIVIERTEN EN UN EVENTO DE LA FUNDACIÓN DECATHLON

A principios del mes de junio 23 usuarios del área de discapacidad intelectual, acompañados de 4 monitores, participaron en un evento solidario-deportivo organizado por la Fundación Decathlon.

La actividad consistió en una gymkana deportiva adaptada y, en ella, participaron otros usuarios de centros de personas con diversidad funcional de la zona sur de Madrid.

Durante este encuentro lo pasaron genial y les gustó mucho conocer a otros chicos, además de compartir un día de diversión con ellos.

Fue una gran experiencia para nuestros chicos, que culminaron la jornada con una comida en el Burger.





EL PAPEL DE LA FISIOTERAPIA EN PERSONAS CON TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA

En el mes de noviembre hará dos años que se puso en marcha en el Centro San Juan de Dios de Ciempozuelos la Unidad 15 o de Trastorno de la Conducta Alimentaria. Una unidad que está teniendo unos resultados muy positivos, sin olvidar nunca la complejidad de los residentes que la componen, sobre todo mujeres.

Durante el ingreso de estas pacientes, se ha instaurado la fisioterapia como una parte más de su tratamiento. Jesús Rodríguez es el fisioterapeuta responsable de la Unidad 7 "Antón Martín" y el encargado de trabajar con las usuarias de la 15.

Hemos hablado con él para que nos explique cómo está siendo trabajar con estas residentes y cómo la fisioterapia está teniendo una gran acogida por parte de todas ellas con unos resultados que están sorprendiendo a todos.

¿Hace cuánto tiempo que la fisioterapia trabaja con las pacientes con Trastorno de la Conducta Alimentaria?

Se lleva trabajando como un año y medio aproximadamente.

¿Cuál es el trabajo que se realiza?

Con estas usuarias se realizan planes individualizados que fomentan la adaptación para cada paciente en intensidad y repeticiones. Con ello se busca el autocontrol y mejora de su condición física, evitando así el prejuicio que etiqueta la práctica de ejercicio o la simple realización de movimiento como algo nocivo para su enfermedad.

¿Cuál es la actitud de estos pacientes al empezar y cómo ha evolucionado?

Muy colaboradoras y comprometidas con la actividad. Desde el primer momento se les explica la función de la fisioterapia para que les pueda ayudar en su día a día.

Es sorprendente la buena acogida que ha tenido el programa y el reto de superación que supone para las pacientes.

¿Es habitual relacionar la fisioterapia con los TCA o es algo novedoso de este centro?

Lo cierto es que hay algunos conatos de acercamiento a estas patologías pero nada protocolizado o extrapolable para un trabajo común. Por esto es importante que lo que ahora es novedoso en este centro pueda suponer el punto de partida para un trabajo generalizable a otros dispositivos que trabajen con estos perfiles.

¿Cómo surge esta idea?

Desde el Servicio de Fisioterapia ha surgido la oportunidad de generar un proyecto para incluir nuestra disciplina como apoyo al tratamiento de estas patologías y con el apoyo de la dirección de enfermería.

¿Es igual el comportamiento de estos usuarios comparado con el de otros con otras enfermedades mentales o es muy diferente? ¿Por qué?

Es un mundo completamente diferente ya que son conscientes de su patologías, lo que condiciona su tratamiento y lo hace netamente diferente al de otros usuarios que residen en el centro.

¿Cuánto tiempo suelen estar ingresadas estas pacientes? ¿Tienen recaídas? Si es así, ¿comentan lo que la fisioterapia ha supuesto para ellas fuera del centro?

Aunque es variable, podríamos hablar de un promedio de 6 meses. Por supuesto, si hay recaídas habría que volver a empezar y todo lo que se ha ido ganando en este tiempo puede perderse en un segundo. Supone empezar de cero para crear unos cimientos que minimicen las recaídas y poder reconducir la situación por medio de la actividad física, cimentando la actividad y reforzando las zonas más débiles.

También se pretende conseguir el autocontrol sobre la actividad física e intentar reconducir diferentes situaciones problemáticas.

Aunque hay mucho trabajo grupal, también se hacen ejercicios individualizados ¿no?

Se hace una valoración individual desde el primer día de asistencia. En la fisioterapia se adapta el tipo de ejercicios que es mejor para cada paciente en repeticiones e intensidad, pero antes de ser incluida la paciente se tienen que dar unos factores para poder comenzar la fisioterapia.

Es bueno fomentar la actividad en grupo para que se sientan respaldadas por las demás compañeras, compartir sensaciones y superar retos



¿Te ha sorprendido la reacción de las pacientes?

Mucho, tanto por su capacidad de adaptación como por las ganas de superar una situación que muchas veces se presenta con unas complicaciones muy grandes

¿Alguna vez habías trabajado con pacientes con TCA? ¿Qué sientes tras ver el resultado?

Nunca había trabajado con este perfil de pacientes. Es la primera vez y la experiencia está siendo muy gratificante, aunque más dura de lo que esperaba

¿Es satisfactorio este trabajo o prefieres otros pacientes? ¿O todos aportan algo?

A nivel personal estoy muy contento por formar parte de un nuevo proyecto, ya que presenta un reto bastante complicado. Cada paciente es un mundo, pero con el mismo fin: recuperar y dar calidad de vida.

Todos aportan algo diferente y estamos aquí para ayudar a rehabilitar y ofrecer una mejor calidad de vida.





SALUD LABORAL

CONTINÚA LA CAMPAÑA DE BIENESTAR EMOCIONAL

Hace cuatro meses, desde el departamento de Salud Laboral del Centro San Juan de Dios se inició una campaña de bienestar emocional. Este mes, estas recomendaciones son extrapolables a toda la sociedad, hablando del “pensamiento en blanco y negro”.

El tipo de pensamiento de todo o nada se conoce coloquialmente como "pensamiento en blanco y negro", y lo vemos en expresiones como “siempre me pasa a mí”, “nunca me reconocen nada”, “o lo hago bien o no lo hago”, “si lo hago bien seré un genio y si lo hago mal seré un desastre”...

Son pensamientos catastróficos con los que interpretamos la realidad en términos absolutos. Sin valorar la existencia de posibles matices o términos intermedios este tipo de pensamiento puede privarnos de disfrutar de la maravillosa complejidad de la vida y de su enorme variedad de colores, tonos y matices.

Suelen ser una fuente importante de malestar, puesto que solo nos hacen percibir una parte de la realidad, la parte negativa.

Las personas con este pensamiento dicotómico, se les dificulta identificarlo ya que suele ser algo automático y también les cuesta reconocer que distorsionan la realidad.

¿Por qué es un problema el pensamiento en blanco y negro?

- Te impide ver las posibles opciones.
- Puede conducirte a bajos estados de ánimo.
- Puede afectar negativamente a tus relaciones.
- Te impide seguir adelante con tu vida.

Te animamos a que visualices este vídeo para más información:



25 de julio Solemnidad de Santiago Apóstol



EL CENTRO SAN JUAN DE DIOS EN LAS VIII JORNADAS DE UCPP EN EL HOSPITAL UNIVERSITARIO JOSÉ GERMAIN

En junio tuvieron lugar las VIII Jornadas Unidad de Cuidados Psiquiátricos Prolongados, “Nuevos retos en la Atención del Trastorno Mental Grave”, que se celebraron el 17 de junio en el Hospital Universitario José Germain de Leganés.

Estuvieron presentes Juan Jesús Muñoz, coordinador de Rehabilitación del Área de Salud Mental del Centro San Juan de Dios de Ciempozuelos y Rebeca Aragón, trabajadora social del CSJD y adscrita a la Unidad de Rehabilitación y Retorno a la Comunidad (URRC).

El objetivo de estas jornadas es dar a conocer el trabajo que se está realizando con los pacientes afectados por trastorno mental grave e ingresados en este tipo de dispositivos, aportando, en el caso del CSJD, un enfoque novedoso para el abordaje de este tipo de enfermedades que está teniendo unos resultados muy positivos.

Nuestros profesionales, una vez más, referentes en el tratamiento de las enfermedades mentales de gran complejidad.



MEDIO AMBIENTE

SIEMPRE TRABAJANDO POR EL CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE

Desde el Centro San Juan de Dios trabajamos día a día por la conservación del Medio Ambiente. Tal es el esfuerzo realizado que hace ya un año, en junio de 2021, en su compromiso con el Medio Ambiente se consiguió la renovación del certificado EMAS.

El CSJD es uno de los primeros centros sanitarios en certificar el sistema de gestión ambiental.





SOLIDARIDAD

DESDE EL ÁREA DE SOLIDARIDAD DEL CSJD SE HA CONSEGUIDO TRABAJO PARA 22 PERSONAS DESDE EL MES DE MAYO

En el mes de mayo, el área de Solidaridad firmó un convenio de colaboración con la empresa ALQUITEX con el objetivo principal de ejecutar distintas acciones que promuevan la inserción laboral de las personas con diversidad funcional y/o colectivos de riesgo de exclusión inscritas en nuestro proyecto de itinerarios individualizados y personalizados de inserción laboral.

Esta empresa ofrece un servicio especializado de alquiler de lencería, mantelería, uniformidad, etc... que se completa con los servicios de gestión en todo el proceso, lavandería e higienización (lavado, higienizado, planchado y empaquetado) y distribución de dichos textiles.

En su planta ubicada en Getafe (Madrid) cuentan con la tecnología más puntera en maquinaria de desinfección, lavado, secado, planchado y empaquetado. Esta planta la pudimos visitar en el mes de junio para ver el método de trabajo, así como las adaptaciones a los puestos, etc...

Desde la firma de dicho acuerdo se han enviado más de 10 candidaturas y se han realizado más de 6 entrevistas individuales cuyo resultado se ha visto culminado en 5 contratos de trabajo, de los cuales 4 aún siguen en plantilla actualmente.

En total han sido 21 usuarios los que han firmado un contrato temporal y 1 indefinido desde que comenzó el periodo vacacional de contratación en mayo.



Seguimiento personalizado

Semanalmente se establecen contactos para asegurar una correcta coordinación del programa entre Nerea Godoy (unidad de apoyo y recursos humanos), Laura Martín (integradora social) y María Corvillo (trabajadora social), todas ellas de nuestro centro.

En estas coordinaciones se hace seguimiento de los usuarios que actualmente tienen contrato, su evolución y desarrollo, además, de la derivación de ofertas por parte de Nerea y pre-selección y preparación de perfiles por nuestra parte.

Desde Alquitex fomentan el valor de la integración, normalización y visualización de la discapacidad, formando y cualificando a un importante equipo humano y acompañándoles en su crecimiento, oportunidades y trayectoria profesional.

Mitie, Elis o Synergie, entre otras empresas de la zona, también han formado parte de la inserción laboral de otros usuarios atendidos en el proyecto de itinerarios individualizados y personalizados de reinserción laboral.